

【基礎演習】

マリンスポーツと心拍の意義 - 運動と心拍変動とのリンクの医療応用を考える

担当教員名:教授 後藤 直正、教授 浜崎 博、講師 青戸 公一

概要

心拍（心臓の動き）の変動は、病気の有無にかかわらず、私たちの体からの重要なメッセージであることは多くの方が知っていることでしょう。しかし、知っていることと経験することは違います。運動の中で心拍がどんな原因で変化するのかを経験してみましょう。本演習では、運動として琵琶湖でのシーカヤックを取り上げ、心拍変動記録とGPSによる運動記録のデータから何が出来るのか、何が分かるのかを経験し、医療面での応用性を考えます。

受講に際して、経験などは何も必要ではありません。未経験のスポーツと未経験のコンピュータソフトに対する好奇心があれば十分です。

琵琶湖での演習を予定していますので、変則的に土曜、日曜に開講したり、心拍計やGPSなどの機器に習熟する必要から毎週実施される場合も有ります。実習に関する自己負担分は、原則としてありません。